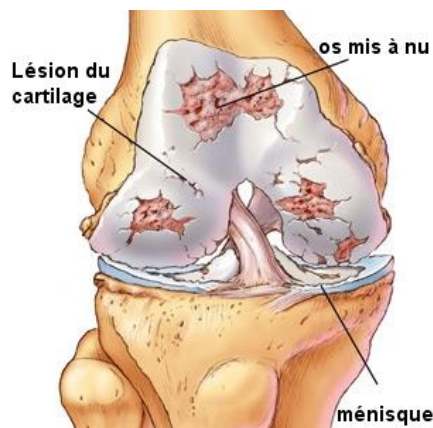


Bien soigner l'arthrose: Un enjeu capital pour notre société!

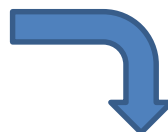
**Prof Yves HENROTIN
Université de Liège**

www.uroc.be

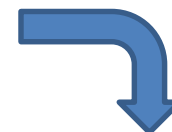
L'arthrose: un enjeu économique



22% de la population en 2020



**2.000.000 en Belgique
100.000.000 en Europe**



2% du PIB des pays industrialisés

L'arthrose un enjeu sociétal

Pourcentage de la population de 65 ans et plus avec des limitations dans:



Les activités de base 48,1%

Les tâches domestiques 46,8%

Les AVJ 28,8%

La mobilité 16,4%

- Les femmes vivent en moyenne 82,8 ans et les hommes 77,6 ans
- 17,4% de la population belge est âgées de plus de 65 ans
- 16% reste en permanence à la maison en raison d'une limitation fonctionnelle

Cartilage normal

Pas de nerfs → Mouvements indolores

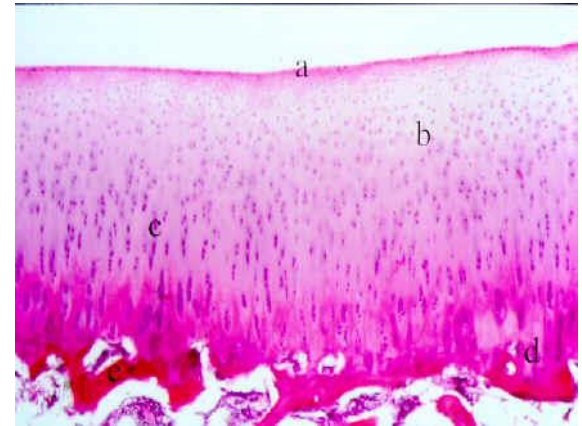
Pas de vaisseaux sanguins

Pas de cellules souches

Le cellules du cartilage ne se multiplient pas

Le cartilage ne se répare pas

Articulation du genou (vue de face du genou droit)



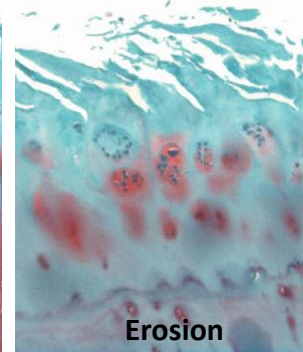
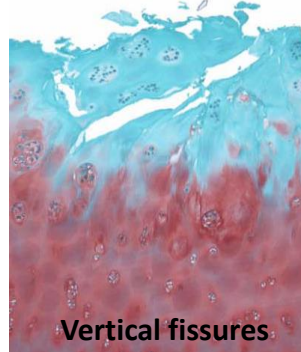
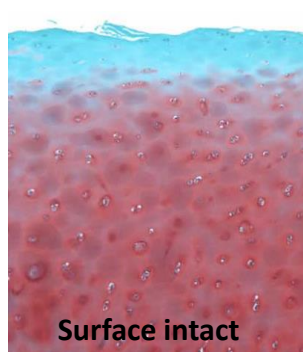
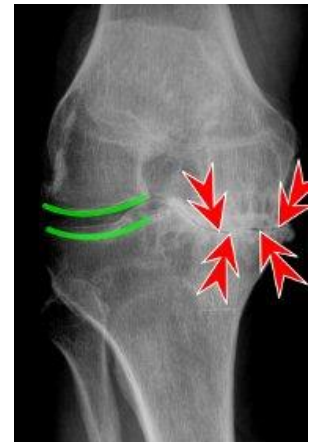
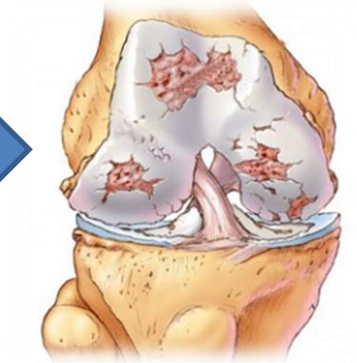
Qu'est ce que l'arthrose?

Une usure du cartilage

SAIN



ARTHROSIQUE



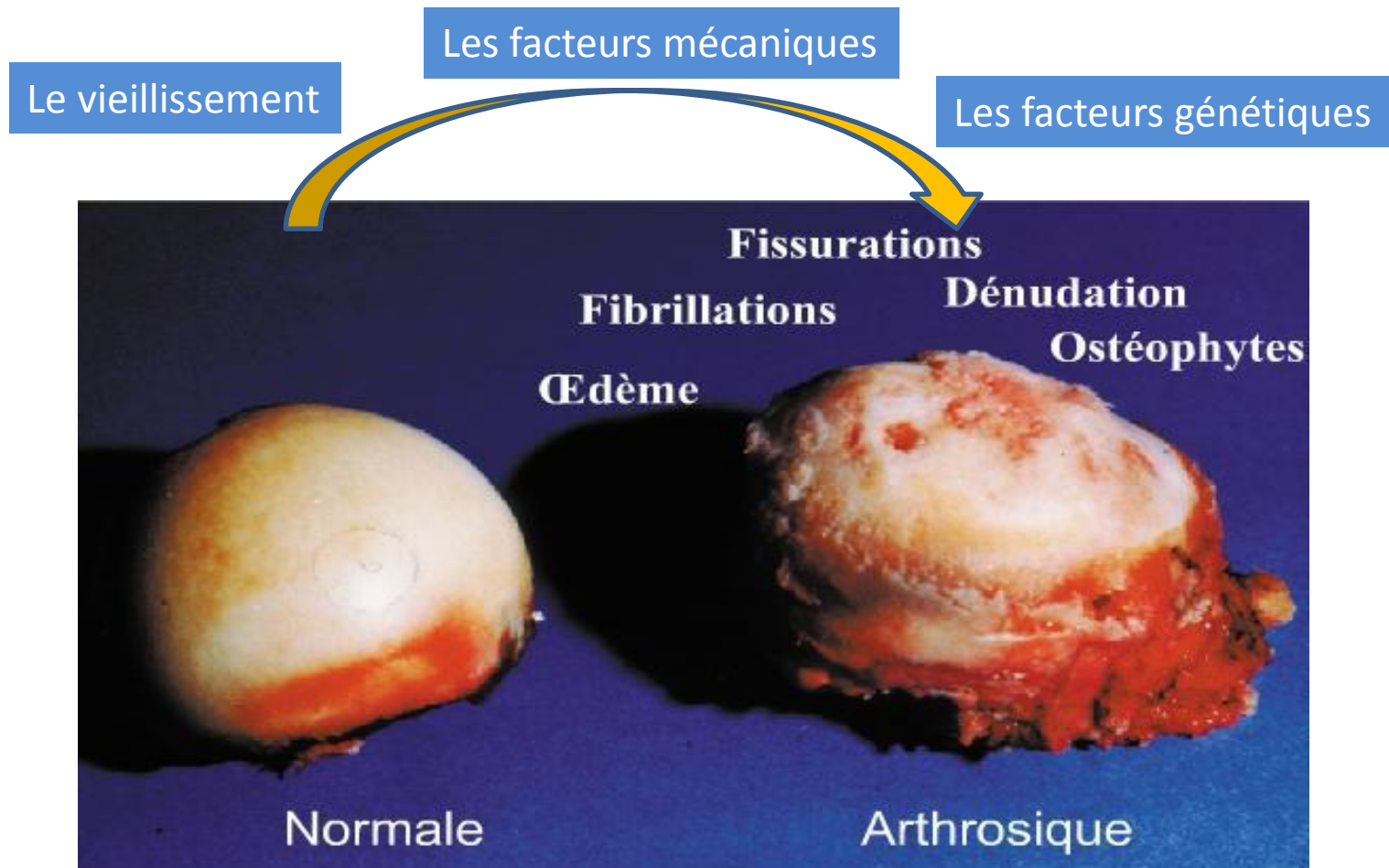
Surface intact

Vertical fissures

Erosion

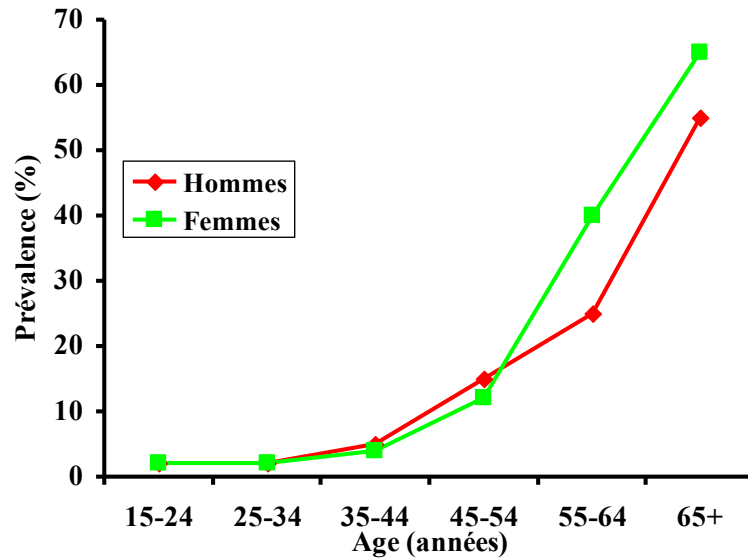
Denudation

Pourquoi souffre-t-on d'arthrose?



Pourquoi souffre-t-on d'arthrose?

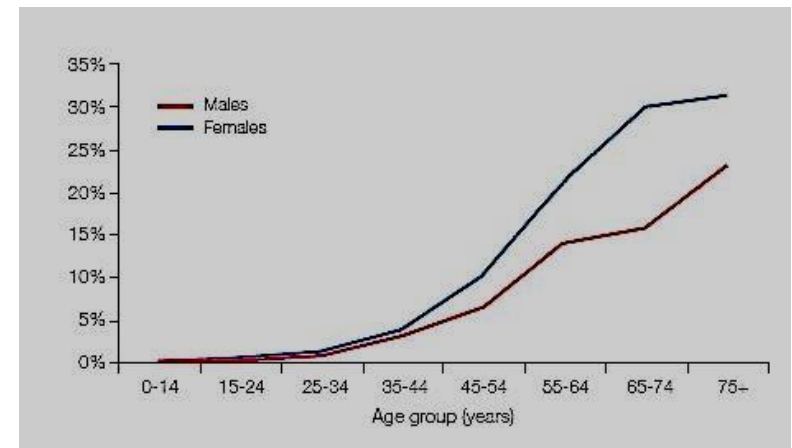
Le vieillissement



A 65 ans, 70% des sujets ont des signes radiologiques d'arthrose



A 65 ans, 30% des sujets ont une arthrose invalidante



Pourquoi souffre-t-on d'arthrose?

Facteurs mécaniques



Activités sportives



Surcharge pondérale



Troubles axiaux



Microtraumatismes



Traumatismes

Pourquoi souffre-t-on d'arthrose?

L'hérédité



Une femme aura un risque plus élevé de développer une arthrose des doigts (dite arthrose digitale) si sa mère, sa tante ou sa grand-mère était atteinte.



Pourquoi souffre-t-on d'arthrose?

L'obésité



Incidence: X 2,8
Progression : X 11

Facteurs
mécaniques

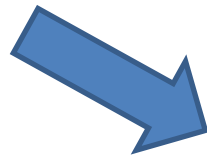


Incidence : X 2.5

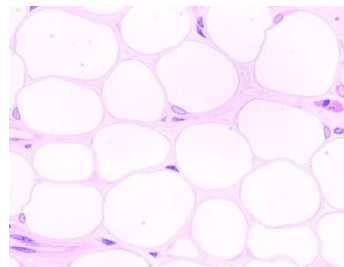
Facteurs
systémiques



Arthrose : une maladie liée à l'obésité

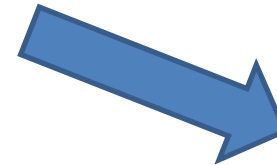


Tissus adipeux



Facteurs
systémiques

Adipokines
Cytokines



Arthrose

Etes vous en surcharge pondérale?

INDICE DE MASSE CORPOREL (IMC): poids (kg)/taille (m)²

Surpoids : IMC 25-30 kg/m²

Obésité : IMC > 30 kg/m²

Obésité morbide : IMC > 40 kg/m²

Exemple :

$$85 \text{ kg} / 1,85^2 = 24,8$$

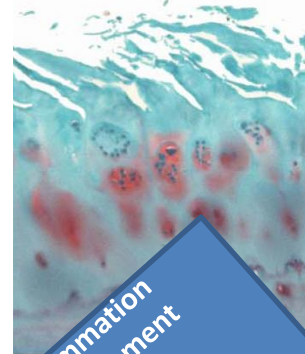
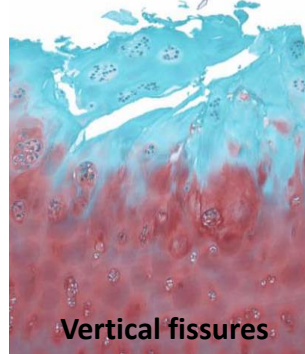
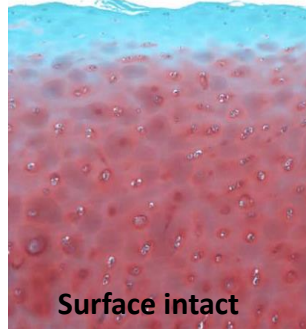
$$95 \text{ kg} / 1,85^2 = 27,9$$

$$115 \text{ kg} / 1,85^2 = 33,6$$

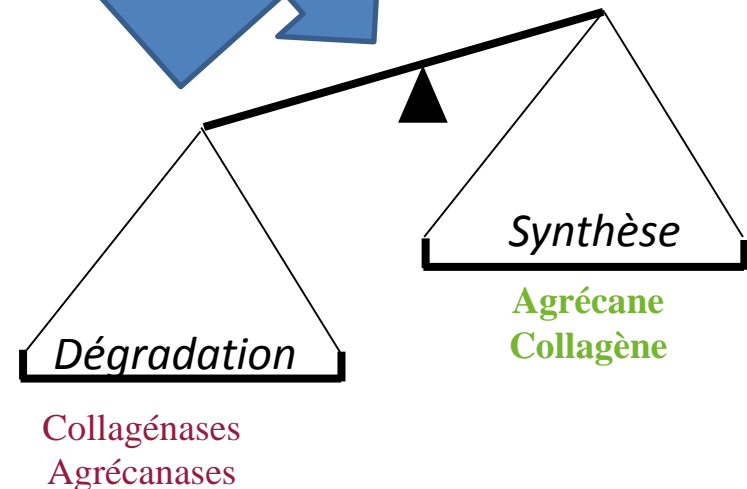
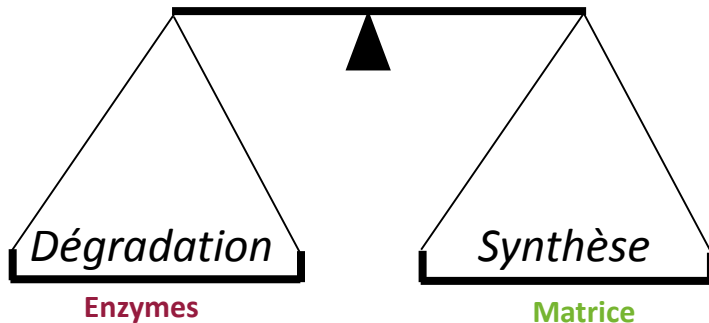


Au dessus d'un IMC de 27, Le risque d'arthrose du genou est majoré 15% pour chaque augmentation d'une unité IMC

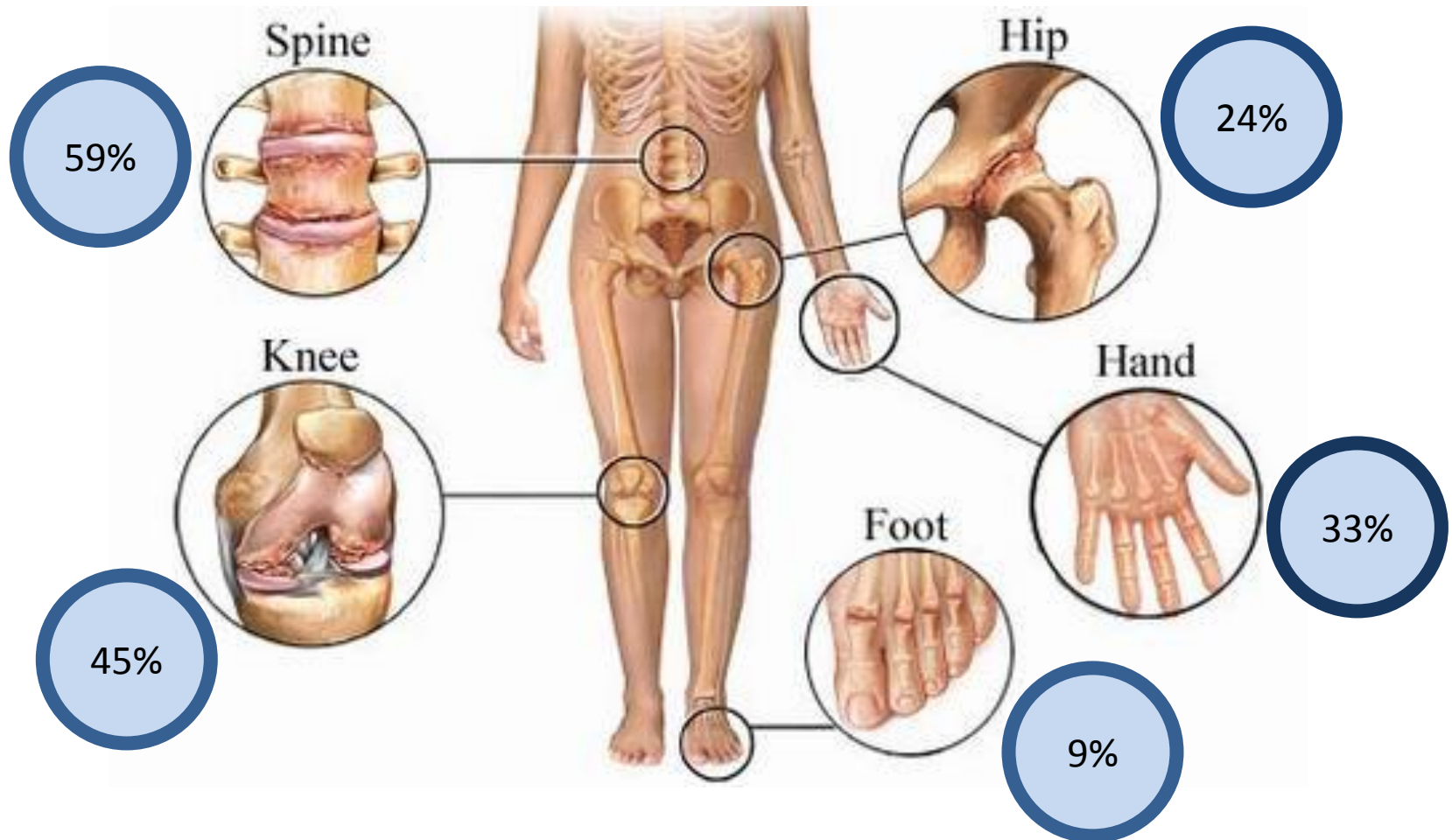
L'arthrose: un déséquilibre métabolique local



Inflammation
Vieillesse
Obésité
Génétique



Quelles sont les articulations touchées par l'arthrose?



La gonarthrose



Normale



Arthrosique



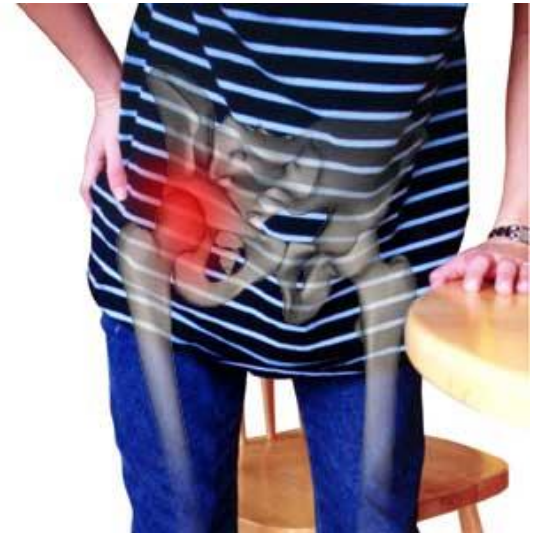
La coxarthrose



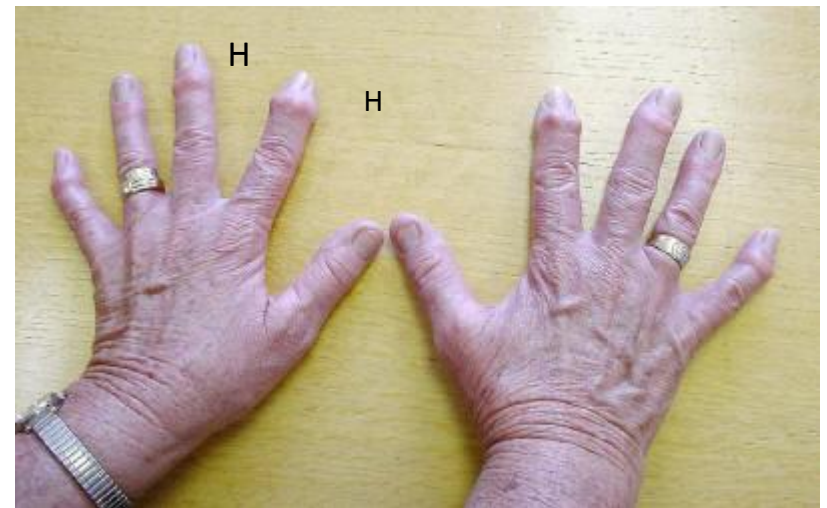
Normale



Arthrosique



Arthrose de la main



H = Heberden
B = Bouchard

Comment diagnostiquer l'arthrose?

La radiographie



L'examen clinique



Comment diagnostiquer l'arthrose?

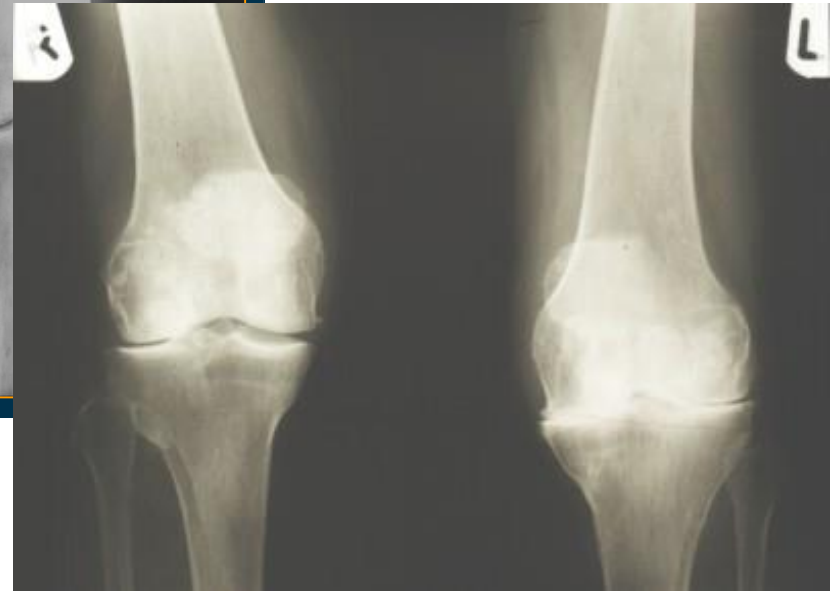
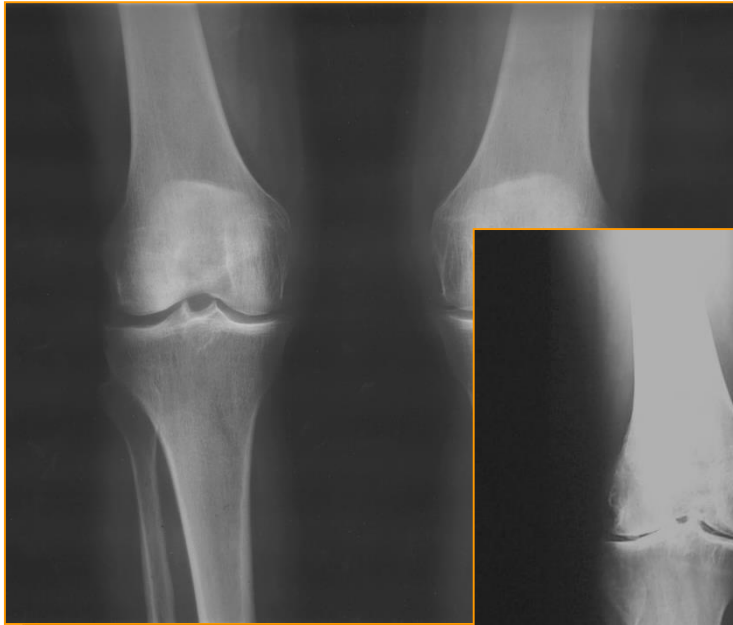
L'examen clinique



Douleur au mouvement
Raideur
Gonflement
Craquements
Déformation
Déviation

Comment diagnostiquer l'arthrose?

La radiologie



Ostéophytes
Pincement
Sclérose
Géodes

Comment diagnostiquer l'arthrose?

Les marqueurs biologiques



Trop tard



Génétique



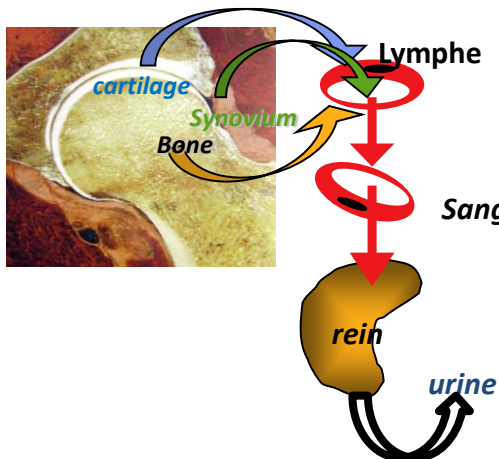
Sanguins



RMN



Radiographie



Peut-on prévenir l'arthrose?

- Perdre du poids (masse grasseuse)
- Corriger les anomalies des membres inférieurs
- Bien soigner les traumatismes articulaires (entorse)
- Maintenir une activité physique régulière
- Maintenir une musculature fonctionnelle



Comment soigner l'arthrose?



Chirurgicaux



Intra-articulaires



Non-pharmacologiques
et pharmacologiques



Comment soigner l'arthrose?

NON-PHARMACOLOGIQUES

Education/Information
Se référer à kinésithérapeute
Exercices physiques
Activité physique
Perte de poids



PHARMACOLOGIQUES

Médicaments
Phyto-médicaments
Infiltrations
Viscosupplémentation



Traitements non-pharmacologiques

Perdre du poids

- La perte de poids diminue l'incidence de la gonarthrose
- La perte de poids même minime diminue les symptômes
- La perte de poids favorise la reprise de l'exercice

Objectifs :

Si surpoids, perdre au moins 10% de son poids

Réduire de 30% l'apport calorique antérieur



Traitements non-pharmacologiques

Comment perdre du poids?

- Exercices:

Marcher tous les jours 20 à 30 minutes
à pas rapide

- Diète:

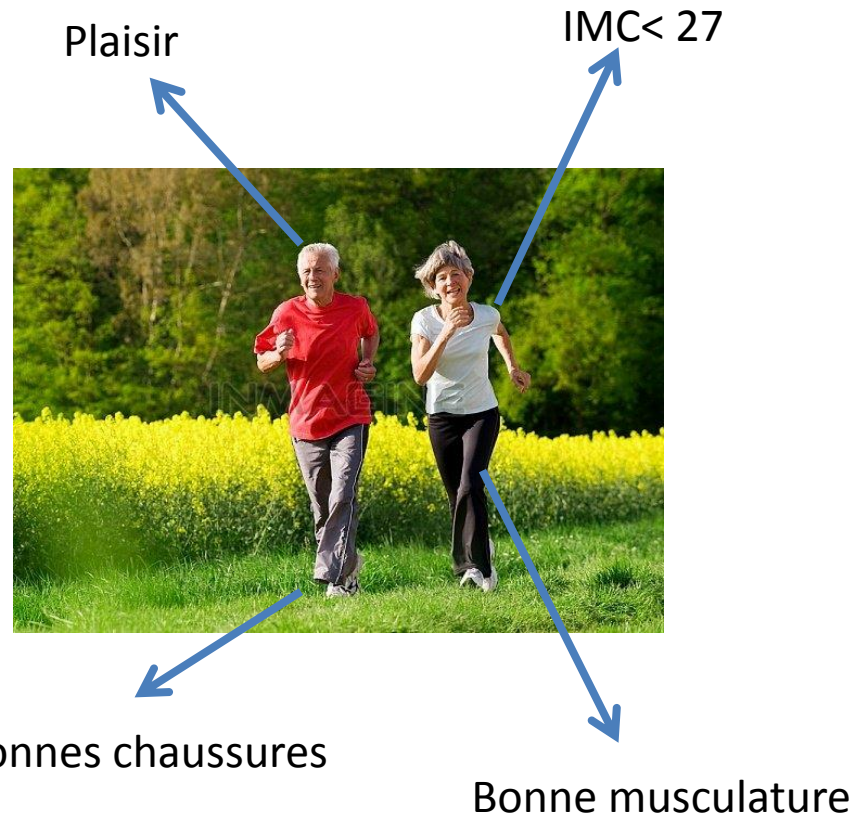
- Repas réguliers à heures fixes
- Ne pas manger entre les repas
- Diminuer l'apport en lipides et en glucides
- Diminuer l'apport de boissons alcoolisées et sucrées
- Favoriser les repas à base de légumes
- Avis d'une diététicienne

La recette =
conseils + exercices +
diète

Traitements non-pharmacologiques

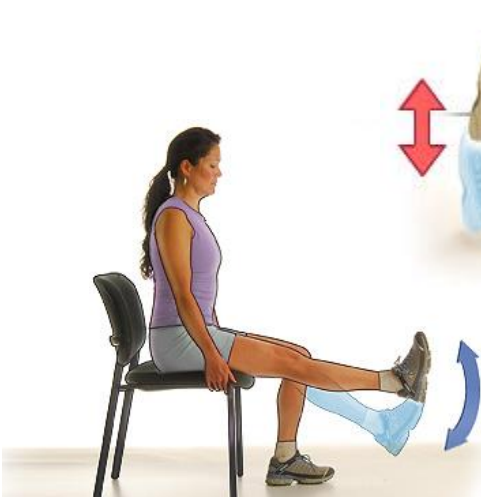
Pratiquer une activité physique régulière

- Marche-à-Pieds
- Jogging
- Vélo
- Natation
- Gymnastique



Traitements non-pharmacologiques

Entretenir la musculature



Mécanismes d'action de l'activité physique

- Contribue à la perte et maintien du poids
- Améliore la performance musculaire
- Augmente le seuil de perception de la douleur
- Stimule la production de bêta-endorphine
- Augmente le taux de bêta-endorphine dans le sang au repos
- Diminue la kinésiophobie, la sédentarité
- Augmente la sérotonine plasmatique (humeur)
- Augmente la production de cytokine anti-inflammatoire
- Diminue la c-réactive protéine (inflammation)

Traitements Pharmacologiques

- Action rapide
 - Anti-inflammatoires non stéroïdiens
 - Anti-douleurs



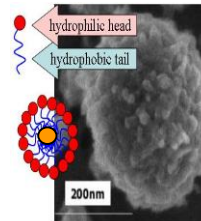
- ✓ Action faible
- ✓ Effets secondaires sévères
- ✓ Iatrogénie

Pas d'administration prolongée!



Traitements pharmacologiques

- Agents symptomatiques d'action lente
 - Glucosamine HCL/sulfate
 - Chondroïtine sulfate
 - Glucosamine HCL/chondroïtine sulfate
 - Curcumine bio-optimisée



MADE IN BELGIUM



Traitements pharmacologiques

- Infiltrations
 - Corticoïdes
 - Acide hyaluronique (viscosupplémentation)

Un problème:

Perte de viscosité du liquide synoviale



Une solution:

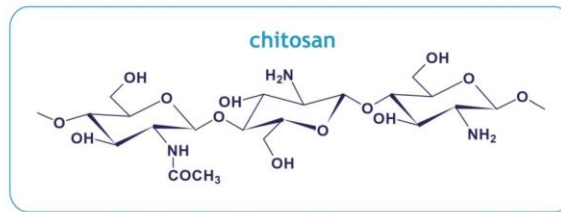
Injection d'acide hyaluronique



Une nouvelles visco... Arthrovisc!



Agaricus Bisporus



KiOmedine

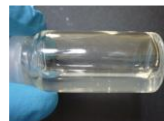
MADE IN BELGIUM

Hémostatique
Anti-inflammatoire
Bio-adhésif

Breveté



Smartbeads®



Fluid @ room T°



Codeveloped with KitoZyme

30 min @ 37°C

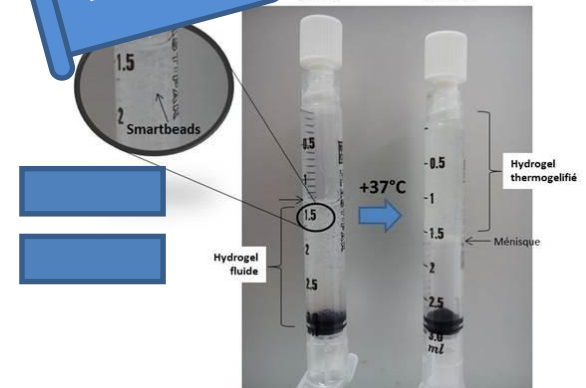


Gel formation @ 37°C



Hydrogel thermosensible

Breveté



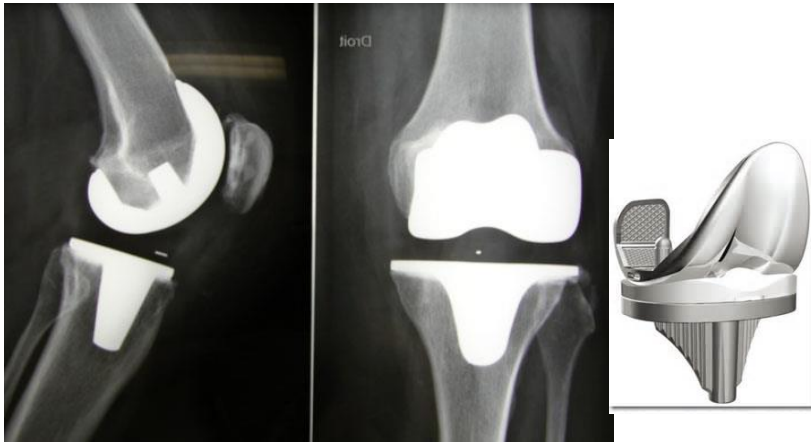
Arthrovisc®

Traitements chirurgicaux

Prothèses



T'inquiète
pas,
cela va
s'arranger !



Genou



Hanche



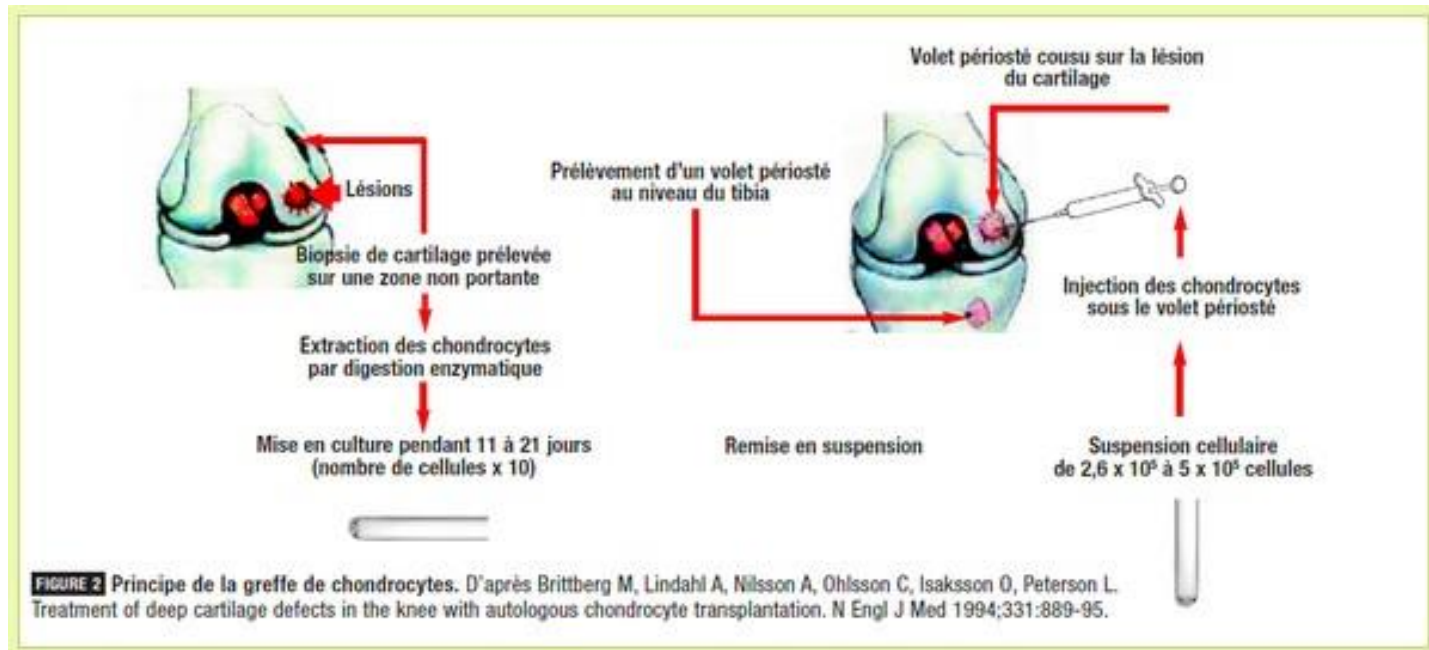
Epaule



Pouce

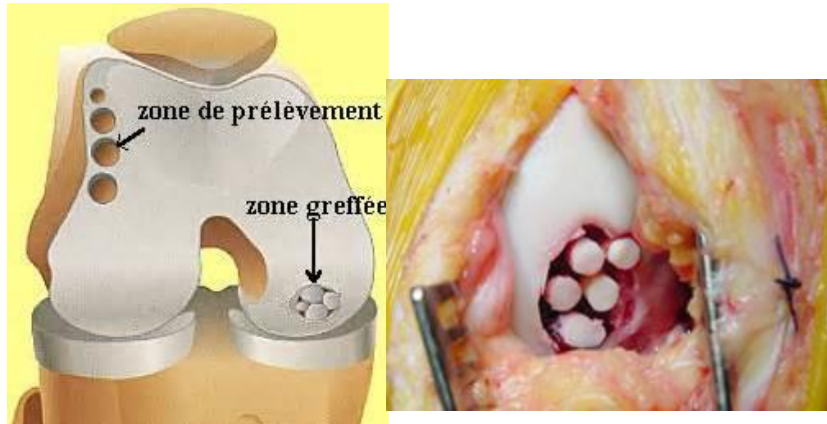
Traitements chirurgicaux

Autogreffes de chondrocytes



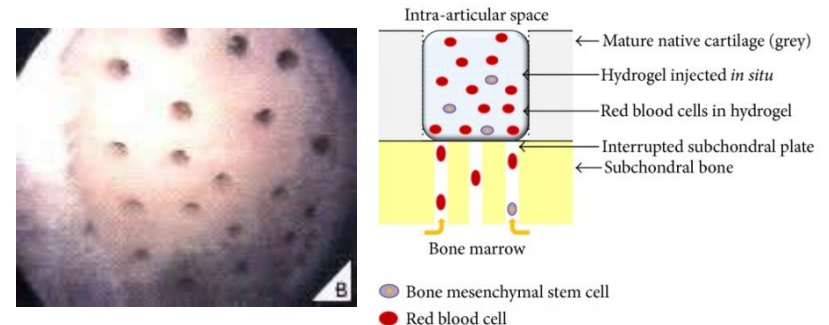
Traitements chirurgicaux

Mais aussi...



Mosaicplasty

Stimulation sous-chondrale pridié



Rêves et perspectives

- Diagnostique précoce
- Allogreffe
- Biothérapie
- Biomatériaux
- Thérapie génique
- Nouvelles molécules



Merci de votre attention.....





*« Vieillir est obligatoire
mais grandir est un choix. »*

